

Impacto do isolamento social sobre o estado de saúde emocional de idosos residentes em uma cidade do norte de Minas Gerais

Impact of social isolation on the emotional health status of elderly people living in a city in the north of Minas Gerais

Impacto del aislamiento social en el estado de salud emocional de las personas mayores que viven en una ciudad del norte de Minas Gerais

Ernandes Gonçalves Dias
Ângela Thais Nascimento
Luciana Gonsalves da Silva
Lyliane Martins Campos
Maiza Barbosa Caldeira

RESUMO: O estudo tem como objetivo analisar o impacto do isolamento social sobre o estado de saúde emocional de idosos residentes em uma cidade do norte de Minas Gerais, Brasil. É um estudo descritivo, qualitativo, com dados coletados entre fevereiro e março de 2021. Foi identificada a presença de medo, angústia e incerteza em relação ao futuro, além de se notar que os idosos estão mais ansiosos. Recomenda-se que os idosos recebam apoio e suporte de profissionais de saúde para esclarecer dúvidas e diagnosticar alterações emocionais.

Palavras-chave: Covid-19; Saúde do Idoso; Saúde Mental.

ABSTRACT: *The study aims to analyze the impact of social isolation on the emotional health status of elderly people living in a city in the north of Minas Gerais, Brazil. It is a descriptive, qualitative study with data collected between February and March 2021. The presence of fear, anguish and uncertainty about the future was identified, in addition to being more anxious. It is recommended that the elderly receive support and support from health professionals to clarify doubts and diagnose emotional changes.*

Keywords: *Covid-19; Health of the Elderly; Mental Health.*

RESUMEN: *El estudio tiene como objetivo analizar el impacto del aislamiento social en el estado de salud emocional de las personas mayores que viven en una ciudad del norte de Minas Gerais, Brasil. Se trata de un estudio descriptivo, cualitativo con datos recolectados entre febrero y marzo de 2021. Se identificó la presencia de miedo, angustia e incertidumbre sobre el futuro, además de notar que están más ansiosos. Se recomienda que las personas mayores reciban apoyo y apoyo de los profesionales de la salud para aclarar dudas y diagnosticar cambios emocionales.*

Palabras clave: *Covid-19; Salud del Anciano; Salud Mental.*

Introdução

No mundo existem cerca de 962 milhões de pessoas com idade acima de 60 anos. No Brasil, aproximadamente 28 milhões de pessoas têm idade igual ou maior que 60 anos, número que corresponde a aproximadamente 13% da população, e a expectativa é a de que, em 2060, um quarto da população brasileira tenha mais de 65 anos (Silva *et al.*, 2020; Viana, Silva, & Lima, 2020).

Desde o início da pandemia do novo coronavírus que causa a *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) tem-se voltado a atenção para as pessoas idosas devido a essa população ser considerada de maior risco para as infecções e de maior gravidade, quando infectada (Leão, Ferreira, & Faustino, 2020).

Os idosos são considerados um segmento populacional de risco pelo fato de que o envelhecimento é acompanhado por alterações no sistema imunológico, processo conhecido como imunossenescência; assim, em função do risco, passou-se a recomendar, entre outras

medidas de prevenção, o isolamento social para esta população (Bezerra, Lima, & Dantas, 2020).

Em meio ao contexto da pandemia e disseminação da Covid-19, muito se tem debatido sobre políticas públicas de saúde e também maneiras de como o Brasil pode superar essa crise. Um dos primeiros caminhos para se conhecer melhor esse problema é saber como essa doença se comporta em meio à população. A partir desse pressuposto, uma realidade muito importante de se destacar sobre a população brasileira é de que há no país uma porcentagem considerável de idosos, e que a tendência é de aumento (Brasil, 2020a).

Quando infectado, os sinais e sintomas clínicos da Covid-19 são principalmente respiratórios, semelhantes a um resfriado. Contudo, os afetados podem desenvolver Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS), pneumonias, lesão cardíaca aguda, infecções secundárias e seu quadro se agravar (Costa *et al.*, 2020).

A transmissão do novo coronavírus ocorre através da disseminação de gotículas da mucosa da boca ou nariz, através de tosse ou espirros que se assentam em superfícies e, posteriormente, podem ser tocadas e ocasionar a contaminação humana (Brasil, 2020b). Sendo assim, a Organização Mundial de Saúde (OMS) passou a recomendar a intensificação da higienização das mãos com água e sabão, o uso do álcool em gel, máscaras, o distanciamento social e que se evitem as aglomerações como medida de prevenção e controle da infecção (Oliveira, Lucas, & Iquiapaza, 2020).

Perante toda a atenção dada ao enfrentamento da Covid-19 e sua repercussão, é possível que ocorram consequências negativas na saúde mental da população, principalmente dos idosos, visto que esta condição caracteriza riscos de agravamento da doença (Viana, Silva, & Lima, 2020).

Desse modo, a ação protetiva de distanciamento e isolamento social deve acontecer de forma que a autonomia e a independência desses idosos sejam mantidas. Dentro desse contexto, os profissionais precisam de conhecimento específico e proteção para o cuidado com essa população (Hammerschmidt, Bonatelli, & Carvalho, 2020).

A motivação pela escolha do tema neste estudo surgiu a partir da observação periódica de que o estado de saúde emocional dos idosos de uma cidade do norte de Minas Gerais, Brasil, parece estar sendo influenciada pelas medidas de isolamento social, desde que o serviço de saúde público municipal tornou pública a informação da presença do novo coronavírus circulando na cidade e adotou medidas restritivas.

Frente a esta argumentação, este estudo tem como objetivo analisar o impacto do isolamento social sobre o estado de saúde emocional de idosos residentes em uma cidade do norte de Minas Gerais, Brasil.

Materiais e Métodos

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem qualitativa realizado com 13 idosos de idade entre 60 e 72 anos residentes em uma cidade do norte de Minas Gerais, Brasil. Adotaram-se as Diretrizes de Critérios Consolidados para Relatos de Pesquisa Qualitativa (COREQ) na condução e relatório do estudo (Tong, Sainsbury, & Craig, 2007).

Considerou-se elegível ter idade igual ou superior a 60 anos, residir no bairro São Cristóvão da cidade em estudo, e apresentar funções cognitivas preservadas. Optou-se pelo bairro supramencionado devido este ter uma população majoritariamente idosa com características socioeconômicas e estilo de vida homogêneos.

O acesso aos idosos se deu através do levantamento dos endereços e contatos nos cadastros dessas pessoas na Unidade de Saúde da Família que atende o referido bairro. Na sequência foi realizada busca ativa, pelos pesquisadores, na residência dos idosos, de forma aleatória, para identificar os potenciais participantes e convidá-los a participar do estudo.

Para coleta e captura do empírico, foi aplicada uma entrevista semiestruturada, elaborada pelos pesquisadores, com as questões disparadoras: Como você se sentiu ao precisar ficar isolado ou ter que se afastar das pessoas ou coisas de que gosta por causa da pandemia? Como você lida com as mudanças, e como protege sua saúde emocional na pandemia?

Os dados foram coletados no período de fevereiro a março de 2021 nas residências dos idosos que atenderam aos critérios de seleção do estudo e que aceitaram participar, com o cuidado de manutenção das medidas de prevenção à infecção pelo novo coronavírus (distanciamento de dois metros, uso de máscara e álcool em gel).

As entrevistas tiveram duração média de 20 minutos, foram gravadas em áudio por um aplicativo de voz, transcritas na íntegra, organizadas e analisadas mediante “Análise Temática” na perspectiva de Braun e Clarke (2006).

Frise-se que os dados empíricos transcritos foram validados pelos informantes após a transcrição por meio da leitura do material para cada informante. A Análise Temática do material compreendeu organização, codificação, categorização, tratamento dos dados, inferência e interpretação dos resultados (Braun, & Clarke, 2006). As inferências e interpretações dos dados foram revisadas e validadas por estes autores até que se formou um consenso sobre o conteúdo analisado.

Na apresentação do conteúdo, a identidade dos informantes foi preservada com a substituição dos nomes dos entrevistados por pseudônimos acompanhados de um numeral cardinal que indica a idade do sujeito.

Todos os procedimentos metodológicos obedeceram à Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde; o projeto de pesquisa foi submetido ao instrumento de autoavaliação de projetos de pesquisa que envolvem seres humanos de Dias (2020), e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Montes Claros (Unimontes). sob o Parecer Consubstanciado 4.440.409, CAAE: 40737520.9.0000.5146. Os informantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para consentir a utilização dos dados coletados.

Resultados e discussão

Caracterização dos informantes

O estudo foi realizado com 13 idosos com idade entre 60 e 72 anos, sendo eles nove mulheres e quatro homens. Tinham o ensino fundamental incompleto; portanto, baixa escolaridade; cinco eram solteiros, seis eram casados e dois viúvos. A renda média dos informantes era de até dois salários mínimos. É importante frisar que até o momento da coleta de dados, nenhum dos informantes havia sido diagnosticado com a Covid-19.

A análise do material empírico possibilitou a identificação de dois temas: “Alterações na saúde emocional e repercussões no estado de saúde no decurso da pandemia da Covid-19” e “Estratégias para amenizar o estado de saúde e as medidas de prevenção adotadas na flexibilização do isolamento social”.

Alterações na saúde emocional e as repercussões no estado de saúde no decurso da pandemia da Covid-19

Os informantes relataram a presença de sintomas de alterações na saúde emocional no decurso da pandemia da Covid-19, informaram ter medo de e infectar e de levar o vírus para a casa, além de angústia, preocupação e incerteza em relação ao futuro, além de se notar estarem mais ansiosos:

"[...] depois dessa pandemia não sou mais a mesma, percebi que minha saúde emocional ficou muito abalada [...] sentimentos de medo, ansiedade, incertezas porque não sabemos quando tudo isso vai passar e muita preocupação." (Elisabete, 63).

"[...]eu fui vendo que eu tava ficando ansiosa, ficava com medo demais que nem dormia direito. Até a minha pressão ficou ruim desses tempo pra cá [...] o que eu mais senti nesses tempo do vírus pra cá foi mais medo, falta de sono, acho que fiquei muito ansiosa também." (Ana, 63).

"[...] depois dessa pandemia aí eu tive medo demais, porque eu tenho minha mãe de idade, fico com muito medo de pegar esse vírus[...] pra mim o que tá sendo mais ruim é a falta de sono, porque junta o medo e depois disso pra mim ter uma noite de sono boa é difícil.;" (Carmelita, 68).

"[...] a pandemia gerou em mim foi medo, angústias, insegurança, muita preocupação também e incertezas [...] procuro manter o isolamento e todos os cuidados durante essa pandemia [...]" (Joana, 66).

"[...] notei que depois da pandemia comecei a ter mais um nervoso na cabeça, as dores de cabeça, eu tenho pressão alta e percebi que depois da pandemia ela fica sempre alta, que depois disso pra mim tá mais ruim ainda." (Laura, 70).

"[...] desde quando eles falaram desse vírus aí eu fiquei mais foi em casa, num sai muito não, pra não ter que tá correndo o risco [...]" (Manoel, 68).

As alterações de hábitos causadas por mudanças repentinas geram medo, ansiedade e preocupação nos participantes da pesquisa, com a possibilidade de si próprio ou de familiares adquirirem a Covid-19. Os impactos apresentados podem ter, de fato, uma série de efeitos negativos na saúde emocional dos indivíduos, especialmente em idosos (Viana, Silva, & Lima, 2020).

Apesar dos benefícios do isolamento social, para o controle da doença, tal situação costuma significar a vivência de circunstâncias desagradáveis que podem afetar a saúde mental das pessoas. Alguns dos fatores que geram estresse durante uma quarentena são a necessidade de ficar longe de parentes e amigos e a incerteza de quanto tempo permanecerá em isolamento (Faro *et al.*, 2020).

Um estudo realizado com 45.161 brasileiros, com o objetivo de analisar a frequência de tristeza, nervosismo e alterações do sono durante a pandemia da Covid-19, mostrou que as pessoas em isolamento apresentavam alterações psicológicas, transtornos de humor, depressão, estresse, mau-humor e insônia. Apontou também que as pessoas que respeitam a quarentena estão mais expostas a se sentirem ansiosas do que aquelas não afetadas por tal medida (Barros *et al.*, 2020). A pandemia da Covid-19 tem provocado impactos importantes na sociedade, contribuindo para o desenvolvimento e/ou exacerbação de doenças mentais na população. Frente a isso, um estudo de revisão bibliográfica, realizada nas bases de dados SciELO, LILACS e PubMed, com o objetivo de verificar os impactos na saúde mental de idosos devido às medidas adotadas durante a pandemia, apontou que o impacto das medidas de proteção tomadas contra a infecção pelo novo coronavírus provocam um aumento nos níveis de estresse e ansiedade, bem como a deterioração da qualidade do sono (Monteiro, Figueiredo, & Cayana, 2021).

A ansiedade é considerada uma resposta natural, até certo ponto útil para uma pessoa se proteger e se adaptar frente a novas situações, especialmente as ameaçadoras, mas quando atinge características extremas e é acompanhada por sintomas de tensão e medo, torna-se patológica e tem impacto negativo na qualidade de vida, especialmente no caso de idosos (Oliveira, Antunes, & Oliveira, 2017). Deve-se considerar que, para estes, em isolamento social um estado de ansiedade pode, eventualmente, causar sofrimento (Nascimento Júnior, Tatmatsu, & Freitas, 2020).

Os fragmentos de depoimentos dos informantes supracitados ainda permitem inferir que os sintomas de alterações no estado emocional trouxeram repercussões fisiológicas como insônia, desestabilização de doenças pré-existentes, cefaleia e agitação.

Os dispositivos biológicos associados à depressão, ao estresse e aos distúrbios ansiosos, combinados com a idade avançada, são fatores agravantes na Covid-19, além dos riscos de influenciarem no descontrole de condições crônicas frequentes em idosos, como por exemplo, a hipertensão (Grolli *et al.*, 2021).

Como medida contra a Covid-19, o distanciamento social e o isolamento de idosos pode levar à solidão, depressão, prejuízos cognitivos e provocar doenças cardiovasculares, entre outros (Alcântara *et al.*, 2021).

Em isolamento social, um idoso está exposto, portanto, a um maior risco de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, neurocognitivas, autoimunes e problemas de saúde mental. Além disso, devido ao declínio da função física do idoso, sua fisiologia também será afetada, como alterações intelectuais, medo, dúvida, solidão, desespero e outras doenças psicossociais e biológicas (Costa *et al.*, 2020).

Estratégias para amenizar o estado de saúde e as medidas de prevenção adotadas na flexibilização do isolamento social

Notou-se nos relatos que os informantes recorreram à religião e se envolveram em atividades lúdicas como estratégia para amenizar os sintomas de alteração do estado de saúde emocional durante a pandemia. Observou-se também a adoção de hábitos saudáveis no estilo de vida, relataram a realização de atividade física e cuidado com a alimentação, para ser mais adequada às recomendações de uma dieta balanceada:

"[...] o que eu pude fazer pra melhorar um pouco a cabeça era assistir à missa na televisão, cuidava das plantas e rezava o terço." (Ana, 63).

"[...] fico mais é assistindo televisão, assisto o jornal, assisto novela, assisto a missa, por que eu fico é aqui dentro de casa, num saio não." (Vera, 63).

"[...] tento comer melhor, tipo as coisas mais saudável, tô fazendo uma caminhadinha três vezes por semana, vou na missa quando posso, mais mesmo quando eu num vou e eu rezo em casa." (Elisabete, 61).

"[...] como eu tenho pressão alta, minha fia, eu melhorei minha alimentação, diminuí o sal, tô tentando fazer uma caminhada pelo menos duas vezes na semana. Assisto as novelas que eu gosto e vou na missa nos domingo." (Laura, 77).

As atividades lúdicas ajudam fundamentalmente a melhorar a autoestima, reduzir o estresse e minimizar a ansiedade e a angústia no dia a dia, pois esse tipo de atividade pode expressar emoções e promover a comunicação (Costa *et al.*, 2017).

.

Além de ativarem positivamente algumas funções psicológicas e cognitivas, também podem trazer alguns benefícios, como o de desenvolver emoções, estimular a convivência e reduzir o grau de ansiedade e angústia. É uma importante ferramenta para manter e promover a saúde mental de idosos (Costa *et al.*, 2017).

Além de tomar outras medidas, o exercício das crenças espirituais e religiosas também são cuidados essenciais que podem ser estimulados no enfrentamento da pandemia da Covid-19. Quando o indivíduo não tem outros recursos para ajudar com esse apoio, a experiência religiosa é particularmente útil para lidar com crises e traumas (Marins *et al.*, 2020).

A religião, a espiritualidade e as crenças pessoais são essenciais para a vida cultural e social, além de desempenhar um papel importante na saúde física e mental de um indivíduo, sendo também considerado um indicador na qualidade de vida. As crenças religiosas e a espiritualidade podem promover a saúde e o bem-estar dos idosos, e impactar positivamente na saúde física, psicológica e social dessa população (Molina *et al.*, 2020).

Os idosos devem, também, praticar exercícios físicos e outros métodos de entretenimento devem ser procurados para proteger sua saúde mental (Aydogdu, 2019). Os exercícios físicos reduzem inflamações e auxiliam nas funções mentais e emocionais dos idosos; esse cuidado garante o progresso das atividades diárias, melhora o humor, promove a saúde mental e previne outros quadros emocionais deletérios (Unicovsky *et al.*, 2021).

No entanto, houve relato de idosos que praticavam atividade física e que optara, pela sua suspensão durante a pandemia, devido ao medo/receio de se contaminar: "*[...] eu saía muito pra fazer minhas caminhadas, porque eu gostava e ajuda muito pra outros problemas que tenho. Por esses tempos eu num faço mais é por medo mesmo, eu to esperando passar um pouco esse perigo do vírus aí [...]*" (Rosa, 67).

Dessa forma, vale mencionar o efeito do exercício físico sobre o sistema imunológico de uma pessoa idosa. A prática do exercício físico regular pode fortalecer o sistema imunológico e trazer a redução de risco de doenças virais, tais como a Covid-19 (Raiol, 2020).

Um estudo realizado com o objetivo de apresentar o impacto do isolamento social na vida da pessoa idosa na pandemia da Covid-19 apontou que, devido à adoção de medidas de segurança por meio do distanciamento social, os idosos que praticavam atividades ao ar livre têm menos oportunidades de sair de casa, ora por insegurança, ora por medo do desconhecido. Como os idosos precisam se manter fisicamente ativos, esses fatores têm gerado situações complexas, tanto psicológica quanto fisiologicamente (Silva *et al.*, 2020).

Apesar de praticado o isolamento social, eventualmente, os idosos romperam esta medida; no entanto, adotaram cuidados de prevenção ao contágio pelo novo coronavírus ao saírem do lar, fizeram referência à higienização das mãos com álcool em gel, uso de máscara, além de cuidados para não tocar em superfícies em local público, ter contato com pessoas que não residem junto a eles e trocar os calçados ao chegarem no lar:

"[...] todos os cuidados possíveis eu tomei, por exemplo, sempre fazendo o uso de máscara, usando o álcool na rua, quando possível no trabalho e em casa. Tomando cuidado extremo ao entrar em banheiros, pra não tocar nas coisas, sempre que eu chego em casa eu troco o chinelo, procuro manter o isolamento." (Joana, 66).

"[...] eu uso a máscara, uso o álcool, num fico tendo contato com gente daí de fora. Quando chega gente aqui em casa, eu corro pra pegar a máscara né, pra num ter contato porque a pessoa fica perto da gente." (Zilda, 69).

"[...] o cuidado que eu tô tendo mais foi ficar em casa mesmo, num saio quase pra canto nem um, só dentro de casa mesmo [...] quando eu saia também usa a máscara e carrego vidrinho de álcool no bolso." (Francisco, 72).

A segurança dos idosos é uma estratégia prioritária, pois estes constituem um grupo com maior risco de complicações e morte pela Covid-19. Pessoas com mais de 60 anos são as mais vulneráveis e devem ficar em casa, tanto quanto possível, limitar sua locomoção para realizar as atividades estritamente necessárias e não permanecerem em locais onde há aglomerações (Dourado, 2020).

O Ministério da Saúde brasileiro recomenda, como medida para evitar a contaminação pelo novo coronavírus, medidas não farmacológicas, sobretudo a promoção do distanciamento social e evitar aglomerações. Além disso, recomendou às pessoas com mais de 60 anos de idade o distanciamento social, restringir seus deslocamentos apenas para a realização de atividades estritamente necessárias, o uso de máscaras e higienização das mãos de forma adequada (Batista *et al.*, 2020).

É muito importante que os idosos adotem as medidas de prevenção e controle recomendadas pelo Ministério da Saúde como uso de máscaras e álcool em gel 70% ou uso de água e sabão para higienização das mãos para que assim se evite a propagação do novo coronavírus (Aguiar, *et al.*, 2020).

Em um estudo realizado com 123 idosos do Macro Distrito de Saúde do Triângulo Sul de Minas Gerais, com o objetivo de analisar o conhecimento dos idosos sobre medidas preventivas, observou-se que, entre as medidas preventivas contra a Covid-19, o uso da máscara foi considerado como a mais importante (Tavares *et al.*, 2020).

As máscaras atuam como uma barreira física para a liberação de gotículas no ar, quando há tosse, espirros e até mesmo durante conversas. Por isso, seu uso é importante em locais em que não é possível manter uma distância mínima segura. Apesar de sua eficácia, seu uso deve ser complementado com outras medidas de proteção, como: limpeza frequente das mãos e distanciamento físico de no mínimo dois metros de distância de outra pessoa (Ostroski *et al.*, 2020).

Um estudo realizado pela Universidade Federal de Belo Horizonte, Minas Gerais, com 5.827 indivíduos maiores de 50 anos, com o objetivo de avaliar atitudes protetivas no combate à Covid-19 mostrou que, no geral, os comportamentos individuais de prevenção diante da epidemia são afetados por fatores psicossociais, demográficos e comportamentais. Por exemplo, o hábito de usar máscaras e higienizar as mãos com frequência, em locais públicos, é mais comum entre mulheres, pessoas de idade mais avançada, de *status* socioeconômico mais elevado, com níveis mais baixos de estresse, ansiedade e depressão e maior consciência da gravidade da doença (Peixoto *et al.*, 2020).

Considerações finais

O isolamento social tem sido uma importante estratégia de proteção dos idosos, porém os próprios idosos flexibilizam o isolamento para caminhar ao ar livre, ir à igreja, entre outros, o que pode ser uma estratégia para torná-lo menos penoso à saúde emocional. É importante que, ao flexibilizar o isolamento social, os idosos aderem às medidas não farmacológicas de prevenção à infecção pelo novo coronavírus, amplamente recomendadas pelos serviços de saúde.

Mesmo flexível, o isolamento social desencadeou alterações na saúde emocional dos idosos tais como tristeza, ansiedade, medo, incerteza e depressão, além de repercutir na desestabilização de doenças pré-existentes, agravamento de transtornos emocionais, surgimento ou agravamento da insônia e elevado o nível de estresse e ansiedade.

Acredita-se que os resultados do isolamento social sobre a saúde emocional dos idosos tenha sofrido também influência de outros fatores, como repercussão excessiva da doença na mídia, medo de enfrentamento do desconhecido que, somados ao isolamento, potencializaram as repercussões.

O estudo tem, como limitações, a quantidade de informantes, face a sua característica metodológica, e o espaço geográfico limitado a um bairro da cidade. No entanto, a partir desse conjunto de dados, cabe recomendar que, além do incentivo às medidas de autocuidado, é importante os idosos recebam apoio e suporte de profissionais de saúde para esclarecer dúvidas, diagnosticar alterações e a necessidade de cuidado profissional para lidar com as queixas emocionais desencadeadas durante a pandemia, isso associado ao apoio da família.

Ainda, se recomenda a realização de novos estudos para abordar o impacto da pandemia e do isolamento social sobre a saúde mental dos idosos com uma maior quantidade de informantes para ser possível uma generalização desse fenômeno sobre a saúde do idoso.

Referências

Aguiar, C. T., Santos, P. G., Brito, A. G. F., Santana, W. V., & Silva Neto, L. S. (2020). O contexto psicossocial dos idosos em meio à pandemia e a aplicação dos direitos fundamentais: uma reflexão baseada em relatos dos acadêmicos da Universidade da Maturidade de Dianópolis, Tocantins. *Research, Society and Development*, 9(11), e78891110309. Recuperado em 19 abril, 2021, de: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/10309/9351>.

Alcântara, S. F. S., Sousa, E. M., Silva Neto, J. E., & Carrias, F. M. S. (2021). Reflexões acerca da saúde do idoso na pandemia da Covid-19: revisão integrativa. *Revista Artigos. Com*, 26, e5747, 1-9. Recuperado em 16 abril, 2021, de: <https://acervomais.com.br/index.php/artigos/article/view/5747/4136>.

Aydogdu, A. L. F. (2019). Novo coronavírus e os riscos do isolamento social para os idosos: revisão integrativa. *R. Enferm. UFJF*, 5(2), 1-13. Recuperado em 20 março, 2021, de: <https://doi.org/10.34019/2446-5739.2019.v5.30691>.

Barros, M. B. A., Lima, M. G., Mata, D. C., Szwarcwald, C. L., Azevedo, R. C. S., Romero, D., Souza Júnior, P. R. B., Azevedo, L. O., Machado, I. E., Damacena, G. N., Gomes, C. S., Werneck, A. O., Silva, D. R. P., Pina, M. F., & Gracie, R. Report on sadness/depression, nervousness/anxiety and sleep problems in the Brazilian adult population during the Covid-19 pandemic. *Epidemiol. Serv. Saúde*, 29, e2020427. Recuperado em 03 abril, 2020, de: <https://doi.org/10.1590/S1679-49742020000400018>.

Batista, S. R., Souza, A. S. S., Nogueira, J., Andrade, F. B., Thumé, E., Teixeira, D. S. C., Lima-Costa, M. F., Facchini, L. A., & Nunes, B. P. (2020). Protective behaviors for Covid-19 among Brazilian adults and elderly living with multimorbidity: the ELSI-Covid-19 initiative. *Cad. Saúde Pública*, 36(sup. 3), e00196120. Recuperado em 28 março, 2021, de: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00196120>.

Bezerra, P. C. L., Lima, L. C. R., & Dantas, S. C. (2020). Covid-19 pandemic and the elderly as risk population: aspects for health education. *Cogitare Enferm.*, 25, e73307. Recuperado em 03 setembro, 2020, de: <http://dx.doi.org/10.5380/ce.v25i0.73307>.

Brasil. Agência Nacional de Vigilância em Saúde. (2020a). Nota técnica GVIMS/GGTES/ANVISA n.º 04/2020. *Orientações para serviços de saúde: medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2)*. Recuperado em 29 outubro, 2020, de: <https://www20.anvisa.gov.br/segurancadopaciente/index.php/alertas/item/nota-tecnica-n-04-2020-gvims-ggtes-anvisa-atualizada>.

Brasil. Ministério da Saúde. (2020b). *Protocolo de Manejo Clínico do Coronavírus (COVID-19) na Atenção Primária à Saúde*. Brasília, DF: Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Recuperado em 05 novembro, 2020, de: <https://saude.gov.br/images/pdf/2020/marco/30/20200330-ProtocoloManejo-ver06-Final.pdf>.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. Recuperado em 19 setembro, 2020, de: <http://dx.doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>.

Costa, F. A., Silva, A. S., Oliveira, C. B. S., Costa, L. C. S., Paixão, M. E. S., Celestino, M. N. S., Araújo, M. C., Azevêdo, S. M. A., Silva, C. R. C., & Santos, I. L. V. L. (2020). Covid-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa. *Brazilian Journal of Development*, 6(7), 49811-49824. Recuperado em 29 outubro, 2020, de: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/13704/11475>.

Costa, I. P., Costa, S. P., Pimenta, C. J. L., Lima, R. F., & Brito, M. J. M. (2017). A importância das atividades lúdicas para a saúde mental do idoso institucionalizado: um relato de experiência. In: *II Congresso Brasileiro de Ciências da Saúde*. Recuperado em 20 abril, 2021, de: http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conbracis/2017/TRABALHO_EV071_MD1_SA4_ID775_15052017221506.pdf.

Costa, J. A., Silveira, J. A., Santos, S. C. M., & Nogueira, P. P. (2020). Cardiovascular Implications in Patients Infected with Covid-19 and the Importance of Social Isolation to Reduce Dissemination of the Disease. *Arq Bras Cardiol.*, 114(5), 834-838. Recuperado em 19 maio, 2021, de: <https://doi.org/10.36660/abc.20200243>.

Dias, E. G. (2020). Proposta de instrumento para autoavaliação de projetos de pesquisa envolvendo seres humanos. *Revista de Graduação USP*, 4(1), 139-145. Recuperado em 14 junho, 2021, de: <https://doi.org/10.11606/issn.2525-376X.v4i1p139-145>.

Dias, E. G., Nascimento, Â. T., Silva, L. G., & Campos, L. M., & Caldeira, M. B. (2021). Impacto do isolamento social sobre o estado de saúde emocional de idosos residentes em uma cidade do norte de Minas Gerais. *Revista Kairós-Gerontologia*, 24(Número especial 30, "Covid-19 e Envelhecimento II"), 149-164. ISSNprint 1516-2567. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PUC-SP

Dourado, S. P. C. (2020). A pandemia de COVID-19 e a conversão de idosos em “grupo de risco”. *Cadernos de Campo (São Paulo online)*, 29(supl.), 153-162. Recuperado em 04 abril, 2021 de: <https://www.revistas.usp.br/cadernosdecampo/article/view/169970/162659>.

Faro, A., Bahiano, M. A., Nakano, T. C., Reis, C., Silva, B. F. P., & Vitti, L. S. (2020). COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. *Estud. Psicol. (Campinas, Online)*, 37, e200074. Recuperado em 26 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>.

Hammerschmidt, K. S. A., Bonatelli, L. C. S., & Carvalho, A. A. (2020). The path of hope in relationships involving older adults: the perspective from the complexity of the COVID-19 pandemic. *Texto Contexto - Enferm*, 29, e20200132. Recuperado em 05 novembro, 2020, de: <https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2020-0132>.

Leão, L. R. B., Ferreira, V. H. S., & Faustino, A. M. (2020). O idoso e a pandemia do Covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais. *Brazilian Journal of Development*, 6(7), 45123-45142. Recuperado em 10 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.34117/bjdv6n7-218>.

Marins, A. M. F., Domingos, A. M., Duarte, S. C. M., Gaspar, R. B., Abreu, S. F., & Carvalho, L. Q. (2020). A saúde da pessoa idosa no contexto da pandemia pelo coronavírus: considerações para a enfermagem. *Rev. enferm. Cent.-Oeste Min*, 10, e3789. Recuperado em 12 abril, 2021, de: <http://seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/3789/2439>.

Molina, N. P. F. M., Tavares, D. M. S., Haas, V. J., & Rodrigues, L. R. (2020). Religiosity, spirituality and quality of life of elderly according to structural equation modeling. *Texto Contexto - Enferm*, 29, e20180468. Recuperado em 16 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2018-0468>.

Monteiro, I. V. L., Figueiredo, J. F. C., & Cayana, E. G. (2021). Idosos e saúde mental: impactos da pandemia Covid-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 4(2), 6050-6061. Recuperado em 15 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n2-162>.

Oliveira, A. C., Lucas, T. C., & Iquiapaza, R. A. (2020). What has the Covid-19 pandemic taught us about adopting preventive measures? *Texto Contexto - Enferm*, 29, e20200106. Recuperado em 19 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2020-0106>.

Oliveira, D. V., Antunes, M. D., & Oliveira, J. (2017). Ansiedade e sua relação com a qualidade de vida em idosos: revisão narrativa. *Cinergis*, 18(4), 316-322. Recuperado em 18 abril, 2021, de: <http://dx.doi.org/10.17058/cinergis.v18i4.9951>.

Grolli, R. E., Mingoti, M. E. D., Bertollo, A. G., Luzardo, A. R., Quevedo, J., Réus, G. Z., & Ignácio, Z. M. (2021). Impact of COVID-19 in the Mental Health in Elderly: Psychological and Biological Updates. *Mol Neurobiol.*, 58(5), 1905-1916. Recuperado em 10 abril, 2021, de: <http://dx.doi.org/10.1007/s12035-020-02249-x>.

Peixoto, S. V., Nascimento-Souza, M. A., Mambrini, J. V. M., Andrade, F. B., Malta, D. C., & Lima-Costa, M. F. (2020). Health behaviours and the adoption of individual protection measures during the new coronavirus pandemic: the ELSI-COVID-19 initiative. *Cad. Saúde Pública*, 36(sup. 3), e00195420. Recuperado em 14 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.1590/0102-311x00195420>.

Raiol, R. A. (2020). Praticar exercícios físicos é fundamental para a saúde física e mental durante a Pandemia da Covid-19. *Brazilian Journal of Health Review*, 3(2), 2804-2813. Recuperado em 12 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n2-124>.

Ostroski, K. C., Pires, L. E. B., Salvi, E. S. F., Floriani, F. M. G., Pompermaier, C., & Barrinouveo, V. (2020). Importância do uso da máscara durante a pandemia de COVID-19: relato de experiência. *Anuário Pesquisa e Extensão Unoesc Xanxerê*, 5, e26605. Recuperado em 20 abril, 2021, de: <https://portalperiodicos.unoesc.edu.br/apeux/article/view/26605/15804>.

Silva, D. C., Coutinho, D. J. G., Barbosa, J. K. C., & Aguiar, D. S. (2020). Qualidade de vida do idoso na perspectiva dos gêneros. Um estudo baseado em dados secundários. *Brazilian Journal of Development*, 6(7), 46160-46175. Recuperado em 11 novembro, 2020, de: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/13098/11013>.

Silva, M. V. S., Rodrigues, J. A., Ribas, M. S., Sousa, J. C. S., Castro, T. R. O., Santos, B. A., Sampaio, J. M. C., & Pegoraro, V. A. (2020). O impacto do isolamento social na qualidade de vida dos idosos durante a pandemia por Covid-19. *Enferm Bras*, 19(4supl), 34-41. Recuperado em 20 abril, 2021, de: <https://doi.org/10.33233/eb.v19i4.4337>.

Tavares, D. M. S., Oliveira, N. G. N., Marchiori, G. F., Guimarães, M. S. F., & Santana, L. P. M. (2020). Elderly individuals living by themselves: knowledge and measures to prevent the novel coronavirus. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, 28, e3383. Recuperado em 20 abril, 2021 de: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.4675.3383>.

Tong, A., Sainsbury, P., & Craig, J. (2007). Consolidated criteria for reporting qualitative research (COREQ): a 32-item checklist for interviews and focus groups. *Int J Qual Health Care*. 19(6), 349-57. Recuperado em 21 novembro, 2020, de: <https://doi.org/10.1093/intqhc/mzm042>.

Unicovsky, M. A. R., Moreschi, C., Jacobi, C. S., Aires, M., Tanaka, A. K. S. R., & Camargo, M. E. B. Saúde do Idoso no Pós Pandemia: Estratégias de Enfrentamento. In: Santana, R. F. (Org.). *Enfermagem gerontológica no cuidado do idoso em tempos da Covid-19*. Brasília, DF: Editora ABen; 2021. (171 p.). (Série Enfermagem e Pandemias, 5). Recuperado em 12 maio, 2021, de: <https://doi.org/10.51234/aben.21.e05.c23>.

Viana, S. A. A., Silva, M. L., & Lima, P. T. (2020). Impacto na saúde mental do idoso durante o período de isolamento social em virtude da disseminação da doença covid-19: uma revisão literária. *Diálogos em Saúde*, 3(1), 1-16. Recuperado em 03 abril, 2021, de: <http://periodicos.iesp.edu.br/index.php/dialogosemsaude/article/view/272>.

Ernandes Gonçalves Dias - Enfermeiro mestre em Ciências. Docente na Faculdade Verde Norte (Favenorte).

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-4126-9383>

E-mail: ernandesgdias@yahoo.com.br

Ângela Thais Nascimento - Graduanda em enfermagem. Faculdade Verde Norte (Favenorte).

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4944-6834>

E-mail: angela_thais18@hotmail.com

Luciana Gonsalves da Silva - Graduanda em enfermagem. Faculdade Verde Norte (Favenorte).

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-2257-8001>

E-mail: lucianagonsalves52@gmail.com

Lyliane Martins Campos - Enfermeira especialista em Docência na Saúde. Docente na Faculdade Verde Norte (Favenorte).

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-9476-2377>

E-mail: lyliane@favenorte.edu.br

Maiza Barbosa Caldeira - Enfermeira especialista em Docência na Saúde. Docente na Faculdade Verde Norte (Favenorte).

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-5444-6372>

E-mail: maizacaldeira@yahoo.com.br